Digitization by American Academy of Indic Studies. AAIS(USA)

d (128)

...पयोगी पुस्तकमाला

२
५४

मुरब्बा, शरबत, चटनी और अचार

मूल्य ३ आना

Digitization by American Academy of Indic Studies. AAIS(USA)

Digitization by American Academy of Indic Studies. AAIS(USA)

मुरब्बा, शरबत, चटनी और अचार

Digitization by American Academy of Indic Studies. AAIS(USA)

Digitization by American Academy of Indic Studies. AAIS(USA)

माननीय कृषी-मन्त्री, संयुक्त प्रान्त, का सन्देश

भारत एक ऐसा मुल्क है जहाँ के निवासियों की जीविका अधिकतर काश्तकारी पर होती है। यह बेचारे काश्तकारी साधारण तथा पुराने सिद्धान्तों पर करते हैं, जिसके कारण हमारे मुल्क के बहुत से आदमियों को पेट भरकर रोटी भी मुश्किल से मिलती है।

वे यह नहीं जानते कि किस प्रकार उम्दा फसलें पैदा की जाती हैं, बंजर जमीनों को किस प्रकार काम में लाया जाता है, मवेशियों को किस प्रकार बीमारियों से बचाया जा सकता है, किस प्रकार अपने और अपने बच्चों की देखभाल की जाती है, किस प्रकार काश्तकारी के अतिरिक्त और छोटे-छोटे कारबारों से रुपया कमाया जा सकता है।

ज़माना तेज़ी के साथ आगे बढ़ रहा है। संसार उन्नति के मार्ग पर जा रहा है परन्तु हमारे यह भाई अभी तक पीछे हैं। गरीबी और बेकारी उनको चारों दिशाओं से घेरे हुए हैं। इसलिये आवश्यक है कि इनमें जाग्रति पैदा की जाय, सादी और सरल भाषा में ऐसी उपयोगी और लाभदायक पुस्तिकाएं उन तक पहुंचानी चाहिए कि जिनको पढ़कर और समझकर वह जीवन के हर पहलू में उन्नति कर सकें।

हमारे प्रान्त के अनुवाद विभाग ने इस आवश्यकता को पूरा किया है और यह काम अपने ऊपर लिया है कि उम्दा और उपयोगी पुस्तिकाएं ग़रीब भाइयों की जानकारी के लिए हिन्दी और उर्दू में छपाए और वितरित करे।

इस समय मेरे सामने इस किस्म की तेरह पुस्तिकाएं हैं। प्रत्येक पुस्तिका को मैंने बड़ी दिलचस्पी से पढ़ा। इनमें जनता की जानकारी के लिए बहुत अच्छी-अच्छी आर उपयोगी बातें लिखी हैं। काश्तकारों और ग़रीब भाइयों को इनके पढ़ने से बहुत लाभ होगा।

मैं इस क़िस्म की तमाम पुस्तिकाओं को मुल्क व क़ौम के लिए बहुत उपयोगी समझता हूँ और आशा करता हूं कि हमारे प्रान्त में ही नहीं, बल्कि तमाम भारत में इन उपयोगी पुस्तिकाओं का स्वागत किया जायेगा। यह पुस्तिकाएं हमारे गरीब भाइयों की जानकारी को बढ़ायेंगी और उनकी बेकारी को दूर करने में एक हद तक बड़ी सहायता देंगी। मुझे आशा है कि प्रान्त के सभी लोग इससे लाभ उठावेंगे।

७ नवम्बर, सन् १९४६ — निसार अहमद शेरवानी

Digitization by American Academy of Indic Studies. AAIS(USA)

विषय-सूची

—:*:—

	पृष्ठ
१. चटनी	३
२. बेर को शक्कर में पागना	७
३. घरों में इस्तेमाल करने के लिये सिरका बनाना ..	९
४. मुरब्बा	११
५. अमरूद की जेली	१५
६. अमरूद के रस का पनीर	१७
७. नाशपाती का जाम	१८
८. अलूचे का जाम	१९
९. फलों के रस या अर्क़	२०
१०. कीड़ों इत्यादि से बचाव	२१
११. शरबत	२५
१२. फलों का अर्क़ और कुचला (Squash) ..	२६

Digitization by American Academy of Indic Studies. AAIS(USA)

उपयोगी पुस्तक माला

नं० १०

मुरब्बा, शरबत, चटनी और अचार

फल महफ़ूज़ रखने और उनसे चटनी, मुरब्बा और शरबत इत्यादि तैयार करने के तरीक़े

हमारे मुल्क में और दूसरी चीज़ों की तरह फलों की भी बहुतायत है मगर जितना चाहिये हम उनसे लाभ नहीं उठाते। फलों के खाने से हमारे बदन में ताक़त आती है और ताक़त की वजह से बहुत सी बीमारियाँ पास नहीं फटकती। मगर इस पर भी हम उनकी क़दर नहीं करते। फलों के मौसम में उनकी इतनी बहुतायत हो जाती है कि बहुत से फल सड़-गल कर ख़राब हो जाते हैं। दूसरे मुल्कों में ऐसा नहीं होता। वहाँ हर फ़स्ल के फलों से पूरा पूरा लाभ उठाने के लिये बहुत से तरीक़े काम में लाये जाते हैं। हमारे यहाँ बहुत कम लोग ऐसे हैं जो ठीकतौर पर फल पैदा करने और उन्हें ज्यादा दिनों तक तरोताज़ा रखने के नये तरीके जानते हैं हालांकि फलों को महफ़ूज़ रखने के लिये जो अनुभव किये गये हैं उनसे पता चलता है कि आम और ऐसे ही दूसरे नाज़ुक फल पचास से साठ दिन तक महफ़ूज़ रक्खे जा सकते हैं। इस तरह अनुभव से यह भी मालूम हुआ है कि नागपुरी संतरा ठंडे गोदामों के अंदर तीन महीने तक रक्खा जा सकता है। लीची दो तीन हफ़्तों तक अच्छी हालत में रहती है और उसकी खुशबू में कोई फ़र्क नहीं आता। लीची को ठंडे गोदामों के अन्दर दो महीने तक अच्छी हालत में रक्खा जा सकता है। जो फल मोमी कागज में लपेट कर ठंडे गोदामों में रक्खे जाते हैं उनका वजन न लपेटे हुये फलों के मुक़ाबिले में कम घटता है।

Digitization by American Academy of Indic Studies. AAIS(USA)

इस प्रान्त में फल महफ़ूज़ रखने का काम पिछले कई बर्षों से शुरू हो चुका है और खेतीबारी के मुहकमे के डाइरेक्टर और यू० पी० फ्रूट डेवलपमेन्ट बोर्ड के अफसर इसकी तरक्की के लिये कोशिश कर रहे हैं। प्रान्त के भिन्न-भिन्न शहरों में सरकार की तरफ से इस काम की ट्रेनिङ्ग दी जाती है ताकि बहुत से लोग लाभ उठा कर फलों की छोटी मोटी तिजारत कर सकें। हमारे प्रान्त में कई छोटे छोटे कारखाने बहुत ही नेकनामी और लाभ के साथ चल रहे हैं। मगर अभी इस काम में तरक़्क़ी की बहुत काफ़ी गुंजाइश है।

हमारे यहां ज्यादातर पुराने तरीक़ों से चटनी और अचार की शक्ल में कुछ फल महफ़ूज़ कर लिये जाते हैं मगर अब लोग उन्हें पसंद नहीं करते। इसकी ख़ास वजह यह है कि ये तरीक़े साइंस के मुताबिक़ नहीं हैं और सच पूछिये तो साइंसी (वैज्ञानिक) तरीक़ों को काम में न लाने से फलों की तिजारत को बहुत काफ़ी नुक़सान पहुंच रहा है और उसके साथ ही मुल्क की दौलत का भी पूरे तौर पर इस्तेमाल नहीं होता। दूसरे मुल्कों में इन्हीं तरीक़ों को काम में लाकर फल महीनों अपनी असली हालत में रक्खे जाते हैं और ख़राब नहीं होते। अगर इन मुल्कों की तरह हमारे यहाँ भी अव्वल दर्जे के ताज़ा फलों को जल्द से जल्द अच्छी क़ीमत पर फ़रोख़्त कर दिया जाय, औसत दर्जे के फलों को महफ़ूज़ रख कर बेचा जाय, छोटे, दाग़ी और ज़रूरत से ज्यादा फलों को छांट कर सिरके, चटनी, मुरब्बे, शरबत और अर्क इत्यादि की शक्ल में तबदील कर दिया जाय तो बहुत काफ़ी रुपया कमाया जा सकता है। चूंकि हिन्दुस्तान गर्म मुल्क है इसलिये यहाँ शरबत और रस की मांग बहुत ज्यादा है क्योंकि वह पूरे साल इस्तेमाल होते हैं। मगर अफ़सोस की बात है कि यहां संतरा, नींबू और हर क़िस्म के फलों की बहुतायत होते हुये भी हरसाल लाखों रुपये के शरबत

Digitization by American Academy of Indic Studies. AAIS(USA)

और अर्क दूसरे मुल्कों से आते हैं, हालांकि अगर वह यहीं तैयार किये जाते तो उनकी क़ीमत बहुत कम होती।

अगर साइंटिफ़िक (वैज्ञानिक) तरीक़ों से काम लिया जाय तो मौसमी फल हिन्दुस्तान के एक प्रान्त से दूसरे प्रान्त ही को नहीं बल्कि दूसरे मुल्कों को भी भेजे जा सकते हैं। आम, लीची, अंगूर और टमाटर इत्यादि को डिब्बों में महफ़ूज़ किया जा सकता है। बेर, ऐसे ही दूसरे फलों को, शक्कर में पागने के बाद या यूंही सुखा सकते हैं। सेब, नासपाती, पेठे, पपीते और आम का मुरब्बा बनाया जा सकता है। कैथे, अमरूद, करौंदे और केले की जेली (Jelly) तैयार की जा सकती है। संतरे, फालसे, जामुन, अनार, अनन्नास और नींबू इत्यादि के रस को शरबत और अर्क़ की शक्ल में महफ़ूज़ किया जा सकता है। ग़रज़ कि हिन्दुस्तान के सभी फल किसी न किसी तरह महफ़ूज़ किये जा सकते हैं। हमारे मुल्क में फलों की ज़्यादती है। लाखों मन फल सड़ जाते हैं; उन्हें महफ़ूज़ रखने का सामान काफ़ी और किफ़ायत से मिल सकता है। मुल्क के अंदर और बाहर फलों की मांग काफ़ी है। बहुत से पढ़े-लिखे और अनपढ़ लोग बेकार बैठे हैं। ऐसी सूरत में इस तिजारत से लाभ उठाया जा सकता है। जो लोग इस काम में दिलचस्पी लेकर लाभ उठाना चाहते हैं उनकी सहूलियत के लिये चटनी, सिरका, मुरब्बा, जेली, शरबत और अर्क़ इत्यादि बनाने की कुछ तरकीबें नीचे लिखी जाती हैं:—

१. चटनी

आम की चटनी बनाने का जो नुस्ख़ा नीचे दिया जाता है उसके ज़रिये घटिया क़िस्म के आम जो बाज़ार में बहुत कम दामों पर बिकते हैं या ख़राब हो जाने के बाद फेंक दिये

Digitization by American Academy of Indic Studies. AAIS(USA)

जाते हैं काम में लाये जा सकते हैं और उनसे काफ़ी रुपया भी पैदा किया जा सकता है।

तैयारी—कुछ साफ़ और बेदाग़ आम चुन लीजिये। फिर उन्हें चाक़ू से छील कर उनके गूदे की छोटी छोटी फांके कर लीजिये। अगर यह काम कद्दूकस से किया जाय तो बड़ी आसानी होती है। इस तरह की एक सेर फांकों के लिये नीचे दिये हुये सामान की ज़रूरत होगी :-

शक्कर एक सेर, नमक एक छटांक, गरम मसाला आधी छटांक (गरम मसाले में काली मिर्च, बड़ी इलायची, दारचीनी और जीरा सब बराबर बराबर हो), लाल मिर्च सवा तोला, सिरका (अर्क़नाना) एक पाव।

आम की फांकों में शक्कर और नमक डाल दीजिये और उसके बाद उनको अच्छी तरह उलट-पलट कर आधा घंटा तक यूँ ही रहने दीजिये। इस अर्से में फांकों से इतना पानी छूटेगा कि शक्कर और नमक उसमें घुल जायगा। फिर उसको हल्की आंच पर पकाने के लिये चढ़ा देना चाहिये और गर्म मसाले और मिर्च को मलमल के कपड़े की ढीली पोटली में बांध कर उसमें डाल देना चाहिये। बग़ैर पोटली के खुला मसाला डालने से चटनी का रंग ख़राब हो जायगा। जब तक फांकों का छूटा हुआ पानी उड़ न जाय, चटनी को अच्छी तरह पकने देना चाहिये। फिर जब वह काफ़ी गाढ़ी हो जाय तो उसमें सिरका डाल दिया जाय। इसके बाद जब चटनी खूब गाढ़ी हो जाय तो गर्म मसाले की पोटली निकाल कर फ़ौरन ही चटनी को शीशे या मिट्टी की साफ़ अचारियों में भर कर उन्हें ठीक तौर से बंद कर देना चाहिये ताकि हवा न जा सके। धातु की अचारियों में रखने से चटनी ख़राब हो जाती है और खाने के क़ाबिल नहीं रहती।

Digitization by American Academy of Indic Studies. AAIS(USA)

टमाटर की चटनी:—गहरे सुर्ख़ रंग के साफ़ और अच्छे टमाटर लेकर उनको अच्छी तरह धो डालिये और मैल साफ़ करके कच्चे, सड़े या ख़राब हिस्से को निकाल दीजिये। इन कांटे और छांटे हुए टमाटरों को कुचल कर एक मलमल के टुकड़े में रखिये और खौलते हुए पानी में दो मिनट तक डुबोये रखिये। इसके बाद गूदे को छलनी में, जिस पर बारीक मलमल का कपड़ा पड़ा हो, छान लीजिये (छलनी अगर गिलट की हो तो ज्यादा अच्छा है)। तिजारती कामों के लिये इन उबली और कुचली हुई चीजों को गूदा निकालने वाली मशीन में (जो अगर पक्के लोहे की हो तो ज्यादा अच्छा है) दबाकर छानना चाहिये।

बनाने की तरकीब:—गूदे का वज़न मालूम करने के बाद हर छः गैलन गूदे में नीचे दिये हुये हिसाब से मसाला और शक्कर डालिये :—

प्याज़ कतरी हुई ७ छटांक; लहसुन कतरा हुआ २½ तोला; लाग (पूरी) १ तोला; मसाले (पूरे पूरे), बड़ी इलायची, काली मिर्च, ज़ीरा वगैरह, सब बराबर-बराबर कुल एक तोला, जावित्री (पिसी हुई न हो) १¼ तोला, दारचीनी १½ तोला; सिरका सवा तोला; शक्कर एक सेर; नमक ५¾ छटांक; सुर्ख मिर्च १ तोला।

पकाने की तरकीब:—अगर गूदे को आंच पर ज्यादा देर तक गरम किया जाय तो दर्जा हरारत बढ़ने से उस पर ख़राब असर पड़ता है। इसी तरह आग की गर्मी के बराहरास्त पहुंचने से भी मुमकिन है कि उसमें पकने की महक आ जाय। इसलिये अगर उसे भाप से गरम होने वाली केतली में तेज़ आंच पर पकाया जाय तो जल्दी उबाल आ जाने की वजह से उसका तेज़ सुर्ख रंग और खुशबू क़ायम रहेगी। यह केतलियां तांबे या अलमोनियम की बनी होती हैं और छोटी बड़ी जैसी चाहिये मिल सकती हैं।

Digitization by American Academy of Indic Studies. AAIS(USA)

ऊपर बतलाई हुई तरकीब के मुताबिक बनाये हुये गूदे को प्याज़, लहसुन और मसाले (जो कपड़े की एक ढीली पोटली में बंधे हों) के साथ एक कड़ाही में जल्दी से उबाल डालिये। इससे झाग जल्दी जल्दी निकलेगा जो थोड़ा थोड़ा मक्खन डाल कर कम किया जा सकता है। शक्कर की जो मिक़दार बताई गई है उसकी एक तिहाई उबालने से पहिले और बाकी पकाते वक्त डाल देनी चाहिये। पक चुकने से पांच मिनट पहिले उसमें सिरका मिला दीजिये। फिर भाप बन्द करने के बाद या बरतन को आंच से उतार कर पूरी चटनी में अच्छी तरह नमक मिला देना चाहिये। उसके बाद मसाले की पोटली निकाल लेना चाहिये।

अगर ऊपर बताये हुये तरीके से गूदे को इस क़दर उबाल लिया जाय कि वह अपनी असली मिकदार का एक तिहाई रह जाय तो चटनी बहुत ही मजेदार होती है। गूदे में खुला हुआ मसाला न डालना चाहिये क्योंकि इससे चटनी का रंग काला पड़ जाता है।

बोतलों में रखनाः—पकने के बाद फौरन ही चटनी को ऐसी खुश्क बोतलों में डाल दीजिये जो पहले ही धोकर आधे घंटे तक पानी में उबाल ली गई हों। अगर हो सके तो छः कोने वाली बोतलें जिनमें ऊपर से बंद होने वाली डाटें लगी हों इस्तेमाल कीजिये। इन बोतलों को फ़ौरन गरम पानी के एक बर्तन में तिरछा करके रख दीजिये और इस पानी को आध घंटे तक उबालिये ताकि चटनी खुश्क और साफ़ हो जाय। खुश्क और साफ करते समय बोतलों को टूटने से बचाने के लिये उनमें आटे वग़ैरह का लेवा लगा देना चाहिये ताकि बराहरास्त गरमी न पहुँचे। इस जगह इस बात पर ज़ोर देना मुनासिब है कि इन बोतलों को खुश्क और साफ करने का काम सबसे ज्यादा जरूरी है। अगर ऐसा न

Digitization by American Academy of Indic Studies. AAIS(USA)

किया गया तो चटनी के खराब हो जाने का डर है। इसके बाद बोतलों में लेबुल लगाकर या यूं ही मगर ठंढी और खुश्क जगह में रखिये। जब तक डाट कस कर लगी रहेगी और हवा अन्दर न पहुँचेगी उस समय तक चटनी अच्छी हालत में रहेगी।

२. बेर को शक्कर में पागना

बेर सिवाय ताज़ा खाये जाने के और किसी तरह काम नहीं आते। इसलिये उनकी कीमत बहुत कम मिलती है और सस्ता होने की वजह से अमीर आदमी उसकी बहुत कम क़दर करते हैं। इसी वजह से हरसाल बेरों की पैदावार का एक बहुत बड़ा हिस्सा ज़ाया हो जाता है। इसके विपरीत अमेरिका में इस फल की बड़ी क़दर की जाती है और केलीफ़ोरनिया के खेतीवारी के मुहकमे ने अपनी रिपोर्ट में पके हुये बेर का मुकाबिला बेहतरीन खजूर से किया है। नीचे बेरों के पागने का एक आसान और संक्षिप्त तरीक़ा दिया गया है :—

फलों को चुनना और गोदनाः—बड़े बेदाग और पके हुये बेर जो न तो कच्चे ही हों और न ढल ही गये हों छांट कर खूब अच्छी तरह पानी से धो डालिये। उसके बाद उनको नोकीली लकड़ी से अच्छी तरह गोद देना चाहिये।

फलों को उबालना और शीरा तैयार करनाः—मलमल के कपड़े में बांध कर बेरों को दो तीन मिनट तक खौलते हुये पानी में डुबो देना चाहिये ताकि वे नरम हों जांय और शक्कर उनके अंदर आसानी से जज्ब हो सके, उसके बाद फलों को किसी मिट्टी के बर्तन में रख देना चाहिये। शीरा बनाते समय इस बात का ख्याल रहे कि तीन हिस्सा पानी और एक हिस्सा शक्कर हो। इस शरबत को इतना गरम कीजिये कि उबलने लगे। उसके बाद फ़ौरन ही गर्म गर्म शीरा फलों के ऊपर मिट्टी के

Digitization by American Academy of Indic Studies. AAIS(USA)
बर्तन में डाल दें। शीरा इतना काफ़ी होना चाहिये कि फल उसमें डूब जांय। बजाय शक्कर के थोड़ी मिक़दार में राब भी डाल सकते हैं। इससे फल सख्त नहीं होते। उन पर शक्कर जमने नहीं पाती और तैयारी पर वह चमक उठते हैं।

धीरे धीरे शक्कर की मिक़दार बढ़ानाः—२४ घंटे तक बेरों को शीरे में अच्छी तरह डुबोये रक्खें। मुमकिन है कि उन्हें डुबा रखने के लिये उन पर कोई वज़नी चीज़ रखने की ज़रूरत पड़े। २४ घंटे के बाद शीरा निकाल लें और उसमें चौथाई प्याला शक्कर और मिला दें (यानी जितनी शक्कर पहिले मिलाई हो उसकी चौथाई और मिला दें) और फिर पकाना शुरू करें। उबाल आने पर फिर उसे बेरों पर डाल दें। कई दिन तक ऐसा ही करते रहें (यानी शीरा निकाल कर उसमें पहिले जितनी शक्कर मिलाई थी उसकी चौथाई शक्कर और मिला कर उबालें) और खौला हुआ शीरा फलों पर डाल दें यहां तक कि कुछ दिनों में शीरा शहद की तरह गाढ़ा हो जायगा। आठ दस रोज़ में इस शीरे के अन्दर तीन हिस्से तक शक्कर हो जायगी। जब शीरा शहद की तरह गाढ़ा हो जाय तो फलों को उसमें उस समय तक रखना चाहिये जब तक कि शक्कर अच्छी तरह फलों के अंदर जज्ब न हो जाय। यह बात तीन से पांच दिन में हासिल हो जायगी। अगर बेर इससे भी कुछ ज्यादा दिनों तक शीरे में रक्खे जांय तो कोई नुक़सान न होगा।

फलों का सुखानाः—बेरों को शीरे से निकाल कर एक तार की जाली पर रक्खें ताकि शीरा टपक जाय। फलों को उस समय तक उसी जगह रहने देना चाहिये जब तक कि वे बिल्कुल खुश्क न हो जांय और उनकी ऊपरी सतह पर चिपचिपाहट बाक़ी न रहे। यह बात तीन से पांच दिन के अंदर पैदा होती है। मौसम के अनुसार से फलों को धूप या गर्म कमरों में रख कर सुखाना

Digitization by American Academy of Indic Studies. AAIS(USA)

चाहिये। जब फल आखिरी बार सुखाने को निकाले जांय तो उनमें तीन हिस्से तक शक्कर होनी चाहिये।

फलों को रखने के वास्ते शीरे से निकालने के बाद शीरे को जरा और गाढ़ा किया जा सकता है और अगर दूसरी बार बेर पागना मंजूर हो तो उसमें भी इस्तेमाल किया जा सकता है। अगर उसे फौरन इस्तेमाल करना मंजूर न हो तो साफ बोतलों में बंद करके आइंदा इस्तेमाल के लिये रक्खा जा सकता है। फिर पाग बनाने के लिये थोड़ा सा शीरा निकाल कर ढाई गुने पानी में मिला कर २५ फ़ीसदी शक्कर का शीरा तैयार हो सकता है। यह शीरा दूसरे बेरों का मुरब्बा बनाते समय इस्तेमाल में आ सकता है। इस शीरे को गाढ़ा करने के लिये बजाय शक्कर के थोड़ी थोड़ी मिकदार में इसी को डालते रहना चाहिये।

३. घरों में इस्तेमाल करने के लिये सिरका बनाना

अंगूर, फालसे, सेब इत्यादि का सिरका:—घरों में इस्तेमाल करने के लिये अच्छा सिरका अंगूर, फालसे, सेब, नारंगी, आम और खजूर इत्यादि से तैयार किये जा सकते हैं। सिरका हर उस मीठे फल से तैयार किया जा सकता है जिसके रस में दस से बीस फ़ीसदी तक शक्कर हो। गन्ने के रस में भी सिरका बनाया जाता है। ख़राब क़िस्म के फलों जैसे हवा से गिरे हुये फल, दागी फल या उन फलों के छिलके या गूदे से भी जो आमतौर पर डिब्बों में बन्द करते वक्त या मुरब्बा बनाते वक्त फेंक दिया जाता है, सिरका बनाया जा सकता है। इन फलों को धोकर, कुचल कर, गरम करके और दबा कर रस निकालने के लिये गरम करने से पहले उनमें पानी मिलाने की जरूरत पडती है।

अगर सिरका अच्छी तरह से तैयार किया जाय तो उसमें सिरके की तेजाबी जुज की मिक़दार शक्कर की आधी होनी चाहिये

Digitization by American Academy of Indic Studies. AAIS(USA)

यानी अगर रस में दस फ़ीसदी शक्कर है तो उसके सिरके में ५ फ़ीसदी एसेटिक ऐसिड (Acetic acid) मिलानी चाहिये। चूँकि सिरका बनाते समय कुछ हिस्सा बेकार जाता है। इसलिये यह मुनासिब है कि सिरका ऐसे रस से बनाया जाय जिसमें शक्कर १२ या १५ फ़ीसदी हो। इसलिये अगर रस में शक्कर की मिकदार ज्यादा है तो उसमें पानी मिला दिया जाता है। लेकिन अगर उसमें शक्कर की कमी है तो उसको या तो गाढ़ा कर लिया जाय या उसमें थोड़ी शक्कर और मिला दी जाय। सूखे फलों को २४ घंटे तक पानी में भिगोने के बाद गरम करना चाहिये।

ख़मीर उठाकर सिरका बनानाः— ख़मीर उठाये हुये रस को साफ पीपों में उड़ेल लेने के बाद ऐसे एक गैलन रस में घर का बना हुआ या बगैर साफ किया हुआ बोतल का सिरका आध सेर के करीब मिला देते हैं। इससे सिरके में खटास आ जाती है और नुकसान पंहुचाने वाले कीड़े भी नहीं पैदा होते। सिरके का ख़मीर उठाने के लिये रस को हवा में खुला रखना ज़रूरी है। इसलिये पीपे को तीन चौथाई से ज्यादा न भरना चाहिये। बर्तन जितना ही ज्यादा छिछला होगा और रस की जितनी ही ज्यादा सतह हवा में खुली रहेगी उतनी ही जल्दी सिरका बनेगा। इसलिये पीपे और रस की सतह के ऊपर हवा के जाने के लिये छेद कर दिये जाते हैं और मक्खियों से बचाने के लिये उन सूराखों को अच्छी जाली या कपड़े से ढक दिया जाता है। रस के ऊपर एक तह सी बैठ जाती है जिसे किसी तरह भी न हिलाना चाहिये। सिरका दो या तीन महीने में बन जायगा। इसके बाद सिरका का तलछट निकालने के लिये उसे मोटे कपड़े में कई बार छान लिया जाता है। फिर उसे बोतलों में भर कर अच्छी तरह डाट लगा दी जाती है। कुछ मिनट तक यह काफी गर्म पानी में गरम किया जाता

Digitization by American Academy of Indic Studies. AAIS(USA)

है। इस तरह वह वर्षों तक रक्खा जा सकता है और जैसे जैसे पुराना होता जायगा अच्छा होता जायगा। यहां यह भी बता देना जरूरी है कि जो तलछट पहले ख़मीर में बच रहता है वह दूसरी बार ताज़े रस में मिलाने के लिये इस्तेमाल किया जा सकता है। इस तरह जो तलछट दूसरे ख़मीर यानी ख़मीर उठा कर सिरका बनाने में नीचे रह जाती है वह दूसरी बार ख़मीर उठाए हुये रस में मिलाई जाती है।

जल्द सिरका तैयार करने का तरीका:—चूँकि सिरका बनाने की मिकदार इस बात पर निर्भर है कि रस कितनी देर हवा में खुला रक्खा जाता है इसलिये तिजारती दृष्टिकोण से ज्यादा मिक़दार में सिरका तैयार करने के लिये बहुत से यंत्र बनाये जा चुके हैं जिनकी सहायता से थोड़े ही दिनों में तैय्यार किया जा सकता है।

४. मुरब्बा

नारंगी का मुरब्बा:—हमारे मुल्क में हर साल बहुत बड़ी मिक़दार में नारङ्गी का मुरब्बा बाहर से आता है और काफी महंगा बिकता है। अगर यही मुरब्बा घर में बनाया जाय तो सिर्फ किफायत ही नहीं होती बल्कि बाहर के आये हुये मुरब्बे के मुक़ाबिले में यह बिल्कुल ताजा और साफ होता है और इस बात का भी इत्मीनान रहता है कि उसके बनाने में बहुत से हाथ नहीं लगे हैं।

पहली तरकीब:—दस माल्टे और दस नींबू ले लीजिये। अगर नींबू न मिले तो ५ खट्टों से भी काम चल सकता है। खट्टे बहुत आसानी से हर बाग में मिल सकते हैं। नींबू या खट्टे, मुरब्बे को चाशनीदार बनाने के लिये इस्तेमाल किये जाते हैं। माल्टों और खट्टों को छीलिये और बाद में काम में लाने के लिये गूदे को अलग रख दीजिये। तीन माल्टों के छिलकों को अलग अलग बहुत बारीक

Digitization by American Academy of Indic Studies. AAIS(USA)

काटिये और उसके महीन वर्क़ किसी चौड़े फल वाले या मामूली चाकू से उतार लीजिये। यह वर्क़ एक इंच के सोलहवें हिस्से से बीसवें हिस्से तक बारीक होने चाहिये। इन तमाम वर्क़ों को आइन्दा काम में लाने के लिये एक पतीली में रख देना चाहिये।

अब सात माल्टों और ५ खट्टों का छिलका जो बाकी रह गया था उसके भी छोटे छोटे टुकड़े कर डालिये और इन टुकड़ों को अलग एक पतीली में रख कर इतना पानी डाल दीजिये कि वह डूब जाँय। फिर पाँच या दस मिनट तक उन्हें उबालिये ताकि वह मुलायम हो जाँय। उनका अर्क़ मलमल के कपड़े में छान कर निकाल लीजिये और छिलकों को अलग कर लीजिये।

इसी तरह उन बारीक वर्क़ों पर जो तीन माल्टों के छिलकों से तैयार किये गये हों पानी डालिये और ५ से १० मिनट तक उबाल कर फेंक दीजिये ताकि उनकी कड़ुवाहट दूर हो जाय। फिर इतना पानी डालिये कि टुकड़ों के ऊपर तक आ जाय और आध घंटे तक उबाल कर मलमल के कपड़े में छान लीजिये और छिलकों को आइन्दा इस्तेमाल के लिये रख दीजिये। इस अर्क़ में उस अर्क़ को मिला दीजिये जो आपने खट्टों और माल्टे के अर्क़ से बनाया है। इस जगह यह बता देना मुनासिब है कि खट्टों और माल्टों के छिलकों को पेकटिन, (पेकटिन (Pectin) वह चीज़ है जो फलों में पक जाने से पैदा होता है और जेली (Jelly) की तरह मुरब्बों को जमा देती हैं) हासिल करने के लिये उबाले जाते हैं। अर्क़ में गाढ़ा होने और जेली के सूरत अख्तियार करने की ख़ासियत इसी पेकटिन से पैदा होती है।

इसके बाद १० माल्टों और पाँच खट्टों का जो गूदा रक्खा हुआ है उसे एक पतीली में रखिये और हाथ से मल डालिये और पहले जो दो अर्क़ निकाले गये थे उनमें डालकर १५ से २० मिनट तक उबलने दीजिये। फिर उतार कर मलमल के कपड़े में

Digitization by American Academy of Indic Studies. AAIS(USA)

छान लीजिये। जो गूदा कपड़े में रह जाय उसे फेंक दीजिये। अगर बिल्कुल साफ बनाना हो तो उस अर्क़ को फिर मलमल के कपड़े की कई तहें करके या घटिया फलालैन के टुकड़े में छान लीजिये। मुरब्बे को अगर शरबत की तरह पतला रखना हो तो बराबर की शक्कर और अगर गाढ़ा रखना हो तो अर्क की आधी शक्कर मिलाइये और थोड़ी देर उबालने के बाद बारीक बारीक टुकड़े जो पहले रख छोड़े गये थे उसमें मिला दीजिये और बराबर पकाते रहिये यहाँ तक कि जेली की तरह हो जाय। उबालने की हालत में जो मैल सतह पर आये उसे निकाल कर फेंकते रहना चाहिये।

जब वह बिल्कुल तैयार हो जाय तो उसको फ़ौरन शीशे की साफ अचारियों में भर दीजिये और किसी चमचे से पतले टुकड़ों को हिला दीजिये ताकि वह तमाम मुरब्बे में बराबर बैठ जाय।

जैसे ही यह मुरब्बा ठंडा हो जाय अचारियों का मुँह अच्छी तरह बन्द कर दीजिये ताकि हवा न जा सके। इस तरह मुरब्बा अँचारी में बिगड़ने नहीं पाता।

दूसरी तरकीबः—दस माल्टों और ५ खट्टों को छीलिये। सिर्फ बाहर का पीला छिलका दूर कीजिये और "सफेद स्पानजी" हिस्सा छोड़ दीजिये। फिर अलग अलग तीन माल्टों के पीले छिलकों के बहुत पतले टुकड़े चौड़े फल वाले या मामूली चाकू से, जो भी मिल सके, काट लीजिये। टुकड़ों को एक इञ्च के सोलहवें से बीसवें हिस्से तक बारीक होना चाहिये।

इन टुकड़ों पर इतना पानी डालिये कि वह डूब जाँय। फिर उन्हें उबलते हुये पानी में ५ से १० मिनट तक उबालिये। इसके बाद पानी फेंक दीजिये। इससे बहुत कुछ कड़ुवाहट दूर हो जायगी। इसके बाद टुकड़ों को ताज़े पानी से धो दीजिये और

Digitization by American Academy of Indic Studies. AAIS(USA)

फिर पानी डाल कर दस मिनट तक उबालने के बाद उतार कर रख दीजिये।

जैसा कि पहले बताया जा चुका है छीलने के बाद फलों का जो हिस्सा बाकी रह गया था उसके पतले पतले टुकड़े काटिये और इन टुकड़ों को एक पतीली में रख कर इतना पानी डालिये कि उसमें डूब जांय। फिर उन्हें आधे घंटे तक उबालिये और अर्क़ और पेकटिन निकालने के बाद मामूली फलालैन के टुकड़ों में छान लीजिये और जो अर्क़ निकले उसे लम्बे मुँह के बर्तन में रख दीजिये। छानने के बाद जो चीज कपड़े में बच रहे उसमें इतना पानी मिला दीजिये कि वह ढक जाय। २५ से ३० मिनट तक उबालिये। इसके अर्क़ भी पहले की तरह छान कर निकाल लीजिय और वैसे ही बर्तन में रखिये। इसी तरह तीसरी बार उबाल कर अर्क़ निकालिये और पहले की तरह बर्तन में रख दीजिये ताकि नीचे बैठ जाय। दूसरे दिन तीनों बर्तनों से अर्क़ आहिस्ता से निथार कर निकाल लीजिये और तीनों को मिलाकर चौथे बर्तन में मलमल या फलालैन के छन्ने से छान लीजिये।

फिर वैसा ही कीजिये जैसा कि पहली तरकीब के आखिरी तीन पैराग्राफ में बताया जा चुका है। सिर्फ टुकड़ा को मिलाने के लिये वही तरकीब करनी चाहिये जो पहली तरकीब के दूसरे पैराग्राफों में बताया जा चुका है।

नोट–सिर्फ खट्टों का भी उम्दा मुरब्बा तैयार किया जा सकता है। यह सस्ता तो जरूर पड़ता है, मगर यह देख लेना चाहिये कि वह ज्यादा खट्टे न हों।

Digitization by American Academy of Indic Studies. AAIS(USA)

५–अमरूद की जेली।

इस प्रान्त में हर साल उम्दा अमरूद कसरत से पैदा होते हैं। चूंकि यह फल बहुत जल्द सड़ जाता है और इसकी पैदावार का ज्यादा हिस्सा फ़रोख्त न होने की वजह से ख़राब जाता है इसलिये नुक़सान से बचने के लिये अमरूद की जेली बनाई जा सकती है जो खाने में मजेदार होती है और बहुत दिनों तक रक्खी रहने पर भी ख़राब नहीं होती। इसके बनाने की तरकीब बहुत आसान है और हर शख्स इसे थोड़े ही खर्चे में बना सकता है।

बनाने की तरकीबः—पहले उम्दा और गहार अमरूद छांट लीजिये। फिर उन्हें अच्छी तरह साफ करने के बाद उनकी छोटी छोटी फाकें काट लीजिये। फिर उन्हें एक बर्तन में रखकर इस क़दर पानी डालिये कि वह उसमें डूब जांय और आहिस्ता आहिस्ता एक ढके हुये बर्तन में १५ या २० मिनट तक पकाइये ताकि वे मुलायम हो जांय। इसके बाद एक जाली के थैले या फलालैन के दोहरे कपड़े में उसको छान लीजिये (मामूली फेल्ट टोपी भी जेली के थैले का काम दे सकती है)। जेली बनाने के लिये तीन चीजों की जरूरत पड़ती है अर्थात् (१) पेकटिन (२) शक्कर और (३) तुरशी।

पेकटिन की जांच करने के लिये छाने हुये रस को एक चमचे में लेकर उसी मिकदार में स्प्रिट (Spirit) मिलानी चाहिये। इससे पहले रस का कुछ हिस्सा जम जायगा। यही जमा हुआ हिस्सा पेकटिन कहलाता है। जिस रस में पेकटिन बहुत ज्यादा होता है वह एक बहुत बड़े टुकड़े की शक्ल में जम जाता है। जिस रस में मामूली पेकटिन होता है उसमें बहुत से छोटे छोटे टुकड़े पाये जाते हैं और जिस रस में पेकटिन बहुत कम होता है उसमें दाने की तरह के कुछ टुकड़े पाये जाते हैं।

Digitization by American Academy of Indic Studies. AAIS(USA)

जेली बनाने में अकसर लोग यह गलती करते हैं कि रस में चीनी ज्यादा मिला देते हैं जिससे वह लसदार हो जाती है। रस में जिस क़दर पेकटिन हो उसी हिसाब से शक्कर मिलाना चाहिये। अगर एक प्याला रस में पेकटिन ज्यादा हो तो शक्कर भी एक ही प्याला मिलाना चाहिये। अगर पेकटिन मामूली हो तो आधे से पौन प्याला तक शक्कर मिलाना चाहिये और जिसमें पेकटिन बहुत ही कम हो तो उसमें उस क़दर शक्कर मिलाना चाहिये कि जब एक चमचा नींबू का रस आधे प्याले पानी में मिलाकर चक्खा जाय तो फल के रस की खटास और उसकी खटास बराबर हो। अगर अमरूद के रस में खटास कम हो तो उसमें जरूरत के मुताबिक नींबू का रस मिला देना चाहिये।

छाने हुये अमरूद के रस में ऊपर बताये हुये तरीक़े से शक्कर और नींबू का रस मिलाने के बाद फिर छान लेना चाहिये और जल्द ही उबालकर उसे काफ़ी गाढ़ा कर लेना चाहिये। उबालने के लिये काफ़ी तेज़ गर्मी पहुंचाने की ज़रूरत होती है। यह देखने के लिये कि जेली तैयार हो गयी या नहीं एक चमचे में जेली लेकर ऊपर से गिराना चाहिये। अगर बूंदें जम जांय तो समझ लीजिये कि जेली तैयार है। लेकिन अगर पतले रस के तार की तरह गिरें तो समझ लीजिये कि अभी तैयार होने में कसर है।

गर्म जेली को अच्छी तरह साफ़ की हुई बोतलों में भर लीजिये और उनमें अच्छी तरह से डाट लगा दीजिये ताकि हवा न जा सके। इस तरह जेली हवा के कीडों से बची रहेगी। जब तक जेली काम में न लाई जाय उसकी बोतलों को ठंडी जगह में रखना चाहिये।

Digitization by American Academy of Indic Studies. AAIS(USA)

६—अमरूद के रस का पनीर

जेली बनाने के लिये अमरूद का अर्क़ (पेकटिन) निकालने के बाद जो गूदा बच रहता है उससे भी बहुत अच्छा पनीर बनाया जा सकता है।

तरकीबः—टुकड़े करने वाली मशीन या मामूली चाकू से अमरूद के छोटे छोटे टुकड़े कर डालिये और उसमें बराबर का पानी डाल कर इतना उबालिये कि वह नरम हो जांय। अब इस गूदे को महीन जाली या ऐसी धातु की बनी हुई छलनी में जिसपर किसी क़ीमियायी चीज़ का असर न हो छान लीजिये ताकि बीज निकल जाय। इस छाने हुये गूदे में फ़ी सेर के हिसाब से नीचे लिखी हुई चीजें दी हुई मिकदार में मिला दीजिये :—

(१) शक्कर १½ सेर, (२) मक्खन १ पाव, (३) दो काग़ज़ी नींबू का अर्क, (४) नमक चाय के एक चमचे भर और (५) रंग (सुर्ख), जितना जरूरी हो।

लोहे की छलनी में छानने से गूदे में सियाही आ जाती है। इसलिये जहां तक हो लोहे की छलनी का इस्तेमाल न हो। अगर ऊपर बताई हुई छलनी न हो तो जालीदार कपड़े को काम में लाना चाहिये। अगर अमरूदों का गूदा सुर्ख हो तो रंग डालने की जरूरत नहीं।

नमक और काग़ज़ी नींबू के अर्क के अलावा सब चीज़ों को गूदे में मिलाकर आग पर चढ़ा दीजिये ताकि गूदा इतना गाढा हो जाय कि वह आसानी से फैलाया जा सके। अब नमक और काग़ज़ी नींबू के अर्क़ को मिला कर उसमें डाल दीजिये और उस समय तक पकाते रहिये जब तक कि गूदा पहिले की तरह गाढ़ा न हो जाय। इसके बाद मामूली चीनी की प्लेट में मक्खन लगा कर गाढ़े गूदे को उस पर फैला दीजिये। जब यह गूदा जम जाय तो उसे चौकोर, तिकोने या किसी शक्ल के टुकड़ों में काट लीजिये। इन टुकड़ों को

Digitization by American Academy of Indic Studies. AAIS(USA)

लपेटने वाले काग़ज़ में अलग अलग लपेट लीजिये और अचारी या दफ़्ती के डिब्बों में भर कर रख लीजिये और जब जरूरत हो इस्तेमाल कीजिये

७–नाशपाती का जाम

नाशपातियों को डिब्बों में महफ़ूज करने के सिलसिले में इस बात का पता चला है कि बहुत से फल जो ज्यादा पक जाते हैं या जिनकी शक्ल बिगड़ जाती है या जिनमें कोई और ख़राबी पैदा हो जाती है या जो पूरे तौर पर तयार नहीं होते डिब्बों में रखने के काबिल नहीं समझे जाते, वह जाम बनाने के काम में लाये जा सकते हैं। पंजाब के मैदानों में जो नाशपाती पैदा होती है वह भी जाम बनाने के लिये बहुत ही मुनासिब है।

तरकीबः—फल को अच्छी तरह पानी से धो लेने के बाद होशियारी से उसके छिलके को चाकू से उतार लीजिये। उसके बाद एक तेज़ चाक़ू से फल के दो बराबर बराबर टुकड़े कर लीजिये और बीज निकालने के बाद उसकी फांके काट लीजिये। इस तरह फल को काटने के बाद उसको फौरन ही ऐसे पानी में जिसमें थोड़ा सा नमक मिला हो डाल दीजिये वरना छिलका उतारते ही फांकों का रंग खराब हो जायगा।

उबालना :—फांकों को नमक के पानी से निकालकर धो डालिये और फिर पतीली में डाल दीजिये। उसके बाद एक सेर फांकों में तीन पाव के हिसाब से दानेदार शक्कर मिला दीजिये और फिर तेज़ आंच में उबाल कर गाढ़ा कर लीजिये। जब फांकें करीब करीब उबल जांय तो उनमें फल की मिठास का लिहाज़ रखते हुये एक सेर फांकों में ९ माशे के करीब काग़ज़ी नींबू का अर्क़ छोड़ दीजिये। सबको खूब अच्छी तरह चला दीजिये ताकि वह फांकों में अच्छी तरह मिल जाय (नींबू के अर्क़

Digitization by American Academy of Indic Studies. AAIS(USA)

की मिकदार फल की मिठास के हिसाब से घटाई बढ़ाई जा सकती है)। अगर फल सख्त हो तो शक्कर मिलाने से पहिले ही उसको थोड़े पानी में उबाल लेना चाहिये। इस तरह फल की सख्ती जाती रहेगी। जब थोड़ा सा जाम खाना हो तो मामूली अलमोनियम की पतीली काम में लायी जा सकती है और उबालने का काम धीमी आंच पर भी किया जा सकता है, लेकिन इस बात का ख्याल रखना चाहिये कि फांकें ज़रूरत से ज्यादा उबलने न पायें और यह इस तरह पर मुमकिन है कि पतीली को एक लकड़ी के चमचे से बराबर चलाते रहो।

भरना और रखनाः—जाम जिस वक्त गर्म हो तो उसे पहले से साफ़ की हुई शीशे कीअचारियों में या टीन के डिब्बों में (जिनमें अगर लाख लगी हो तो ज्यादा अच्छा है) रख कर मुहर लगा देनी चाहिये ताकि हवा न जाने पाये। डिब्बों और बर्तनों को जब कि वे गर्म हों ५ या १० मिनट तक उलट कर रखना चाहिये ताकि मुहर के नीचे के हिस्से में जो बहुत ही छोटे और महीन कीड़े हों वे जाम की गर्मी की बजह से मर जांय।

८—अलूचे का जाम (Jam)

गरमी के मौसम में बाज़ारों में अलूचे बहुत बड़ी संख्या में बिकते हैं जिन्हें जाम बनाने के लिये भी इस्तेमाल किया जा सकता है। सुर्ख अलूचे से बहुत अच्छा जाम बनता है।

तरकीब— सड़े हुये फलों को अलग करके बाक़ी फलों को पानी से अच्छी तरह धो डालिये। एक सेर फल में आध सेर पानी और क़रीब ७ तोला नींबू का अर्क मिला दीजिये और उबलते हुये पानी में १५ या २० मिनट उबाल लीजिये। इसके बाद नर्म फलों को लकड़ी के चमचे से कुचल दीजिये। जब बग़ैर गुठली का जाम बनाना हो तो ऐसी छलनी में जो पहले बताई

Digitization by American Academy of Indic Studies. AAIS(USA)

जा चुकी है छान लीजिये। जब गुठलीदार जाम बनाना हो (जिसमें छिलका भी हो) तो उस कुल उबले हुये सामान को जाम बनाने के काम में ले आइये।

कितनी शक्कर डालने की ज़रूरत है—ऊपर बताई हुई दोनों सूरतों में थोड़ा बहुत गूदा छन कर निकल जायगा। इसलिये जब वह ठंडा हो जाय तो जरूरत के मुताबिक अन्दाज़न ही शक्कर डाल देनी चाहिये हालांकि इसका सबसे अच्छा तरीका तो यह है कि एक आला खरीद लिया जाय जिसे "जेली मीटर" कहते हैं। उसकी सहायता से यह पता लगाया जाता है कि फल के गूदे में कितनी शक्कर डालने की ज़रूरत होगी। इस तरीके से यह मालूम हो जाता है कि जाम बनाने के लिये एक सेर फल के गूदे में कितनी शक्कर मिलानी चाहिये। जाम बनाने में "जेली मीटर" के हिसाब से जितनी शक्कर डालने की ज़रूरत होती है उससे आध पाव ज्यादा शक्कर डाली जाती है।

उबालना और भरना:—ज़रूरत के मुताबिक शक्कर डालने के बाद जैसा कि पहिले बताया जा चुका है पतीली में भर कर १५ से २० मिनट उबाल लीजिये और नाशपातियों के जाम की तरह उसको भी शीशे की अचारियों या टीन के डिब्बों में भर लीजिये।

९—फलों के रस या अर्क

हमारे मुल्क में अंगूर, संतरा, खट्टे नींबू, अनार, अनन्नास, फालसे और जामुन के रसों की मांग बहुत ज्यादा है। खट्टे फलों का रस तंदुरुस्ती के लिये बहुत लाभदायक होता है। इससे फोड़े फुन्सी की शिकायत नहीं होती। जुकाम, इनफ्लुएन्जा और दूसरी बीमारियों को रोकने में मदद मिलती है। इसके अलावा खट्टे रसों में एक ख़ास बात यह भी होती है कि उनके पीने से हमारे ख़ून में खार (Alkali) का हिस्सा कम नहीं होने पाता।

Digitization by American Academy of Indic Studies. AAIS(USA)

१०. कीड़ों इत्यादि से बचाव

आमतौर पर ऐसे फलों के रसों को जिनमें खमीर उठता हो उन्हें खमीर के कीड़ों, भुकुड़ी और बैक्टीरिया से बचाने के लिये नीचे दिये हुये ५ तरीके काम में लाये जाते हैं :—

१. गर्मी पहुंचा कर कीड़ों को मारना—फलों के रसों को गर्मी पहुँचा कर ऐसे कीड़े मार दिये जाते हैं जो रस में पैदा होकर उसे खराब कर देते हैं। खमीर के कीड़ों को मारने के लिये रसों को चन्द मिनट तक तेज़ आंच पर गर्म करना चाहिये। काफी तेज़ आंच पर २० मिनट तक गर्म करने से भुकुड़ी भी बरबाद हो जाती है। आमतौर पर बैक्टीरिया (छोटे छोटे महीन कीड़े) खट्टे फलों के रस में पदा नहीं हो सकते। इसलिये अगर वे हों भी तो कोई हर्ज नहीं। ज्यादा खट्टे फलों के रसों को कम आंच पर गर्म करने से भी काम चल जाता है और कीड़े मर जाते हैं।

कीड़ों को गर्मी पहुंचा कर मारने के दो तरीके हैं। एक तो वह है जो आमतौर पर बड़े बड़े कारखानों में इस्तेमाल किया जाता है और दूसरा बोतलों और पीपों में रखकर। इसका तरीका यह है कि जब बग़ैर बर्तन में बंद किये हुये ही गर्मी पहुंचा कर कीड़ों को मारना होता है तो उसे गर्म ही गर्म ऐसे पीपों और बड़ी बड़ी बोतलों में उंडेल दिया जाता है जो पहले ही गर्म पानी से खूब साफ कर ली गई हों। वह बड़े पीपों में २४ घंटे या उससे भी ज्यादा और बोतलों में ५ या ६ घंटे तक गर्म रहता है। इस तरह देर तक गर्म रखने से उसकी खुशबू और रंग पर बड़ा असर पड़ता है।

Digitization by American Academy of Indic Studies. AAIS(USA)

बोतलों या बड़े पीपों में रख कर और गर्मी पहुँचा कर कीड़ों को मारना :—छानने के बाद रस को बर्तन में मुहरबंद कर दिया जाता और फिर इस मुहरबंद बर्तन को एक नियत समय के लिये इतने गर्म पानी में डुबो दिया जाता है जितना कि ज़रूरी हो। बोतलों, बड़े पीपों और बोतलों के ढकनों को इस्तेमाल करने से पहिले खूब साफ़ कर लेना चाहिये। यह इसलिये बहुत ज़रूरी है कि बोतलों के रसों में उनके ज़रिये भुकुड़ी लग जाती है।

२. कीमियायी चीज़ों की सहायता से:—कीमियायी चीजों की सहायता से फलों के रसों को महफूज़ रखने का तरीका सबसे अच्छा है। पश्चिमी मुल्कों में खाने के संबंध में जो क़ानून बनाये गये हैं उनके अनुसार इन चीज़ों को मुक़र्रर मिक़दार से ज्यादा मिलाना मना है। जो लोग कीमियायी चीज़ों की मदद से फलों के रसों को महफ़ूज रखना चाहते हों उन्हें चाहिये कि इस विषय पर लिखी हुई किताबें और पुस्तिकाएं ग़ौर से पढ़ें और उनमें बताये हुये उसूलों को काम में लायें।

३. ठंडे गोदामों में रख कर:—हाल ही में ठंडे गोदामों में रख कर फलों, रसों और ऐसी ही दूसरी चीज़ों को महफूज़ रखने का जो तरीक़ा अख्तियार किया गया है उसको सभी लोग जानते हैं। यहां इतना लिख देना काफ़ी है कि अगर फल और उनके रस ऐसी जगह रक्खे जांय जो बर्फ़ के बराबर या उससे कुछ ही कम ठंडी हो तो वह बहुत दिनों तक अच्छी हालत में रह सकते हैं।

४. शक्कर मिला कर:—सब फलों के रसों में शक्कर मिलाकर या अगर वह मीठे हों तो उन्हें गाढ़ा करके यानी उनमें शक्कर की मिक़दार को बढ़ाकर महफूज़ रक्खा जा सकता है। शक्कर की मिक़दार इस बातपर निर्भर होती है कि रस कितना खट्टा है। लेकिन आख़िर में रसों में ६ हिस्से से ज्यादा शक्कर होनी चाहिये।

Digitization by American Academy of Indic Studies. AAIS(USA)

फलों के रस तैयार करने का तरीका

ऐसे फल जिनमें $\frac{1}{6}$ हिस्सा शक्कर और $\frac{1}{100}$ हिस्सा खटास हो रस तैयार करने के लिये अच्छे होते हैं। इस सिलसिले में नीचे दिये हुये तरीक़े काम में लाये जाते हैं :—

(१) अच्छे फलों का चुनना :—सिर्फ अच्छे फलों को लीजिये और ख़राब फलों को छोड़ दीजिये। दूसरे दर्जे के छोटे फल भी जो देखने में ज्यादा अच्छे नहीं होते रस तैयार करने के काम में लाये जा सकते हैं लेकिन शर्त यह है कि उनमें रस हो।

(२) फलों को धोना, छीलना, काटना और उनका गूदा निकालना :—

फलों को चुन लेने के बाद जरूरत के मुताबिक़ हर फल को धो लेना चाहिये और फिर छीलने के बाद या तो उसका गूदा निकाल लिया जाय या उसे काट डाला जाय।

(३) रस निकालना :—खट्टे फलों के दो टुकड़े करके उनका रस निकाल लेना चाहिये। ऐसे फलों को जिनमें रस कम होता है २० मिनट तक पानी में उबाल लेना चाहिये ताकि वह मुलायम हो जांय। नींबू निचोड़ कर उनका रस छान लेना चाहिये। ज्यादा मिकदार में रस निकालने के लिये एक छोटी सी मशीन की ज़रूरत पड़ती है।

(४) छानना:—रस को एक मोटे कपड़े में छानना चाहिये और छानकर उसे किसी ऐसे बर्तन में रखना चाहिये जिसमें कसाव वगैरह के छूटने का डर न हो।

(५) साफ़ करना—अगर छानने के बाद भी रस में कोई चीज़ मिली हुई रह जाय तो उसे २४ घंटे तक छोड़ देना चाहिये

Digitization by American Academy of Indic Studies. AAIS(USA)

ताकि वह चीज़ बर्तन की तह में बैठ जाय और उसके बाद उसे दूसरे बर्तन में डाल देना चाहिय। अगर छानने और तह में बैठने के बाद भी इसमें मिली हुई चीजें अलग न हों तो तलछट पैदा करने के लिये १०० हिस्सा गरम पानी में २ हिस्सा अंडे की सफेदी मिलाकर रस में डाल दी जाती है। इससे तलछट नीचे बैठ जाती है और रस बिल्कुल साफ़ होजाता है। जो लोग अंडे की सफेदी न मिलाना चाहते हों वह पानी में थोड़ी सी स्पेनी मिट्टी मिलाकर तलछट पैदा करने वाला मसाला तैयार कर सकते हैं ताकि रस बिल्कुल साफ़ हो जाय।

(६) महफ़ूज़ रखना—पहिले बताये हुये तरीकों में से किसी भी तरीके से रसों को ख़राब होने से बचाया जा सकता है। अगर कीमियायी चीजें काम में लानी हों तो ५० सेर रस में क़रीब आधी छंटाक के हिसाब से पोटैशियम मेटाबाइसलफ़ाइट (Potassium meta-bisulphite) मिलाइये। इससे बहुत ही अच्छा नतीजा निकलता है। अगर गर्म करके कीड़ों को मारने का तरीका काम में लाना हो तो रस को खूब साफ़ की हुई बोतलों में उडेल दीजिये और फिर उनको मुहरबंद कर दीजिये। बोतलों में डाट लगा कर और तागे से बांध कर सीधा रखिये और कीड़ों को मारने के लिये २० मिनट तक काफी गर्मी पहुंचाइये। ऐसा करने के लिये एक पानी का बर्तन लीजिये और उसमें डाट लगी हुई बोतलों को लिटाकर रख दीजिये। गर्मी पहुंचा कर कीड़े मारने के बाद बोतलों के मुंह को पिघले हुये लाख में डुबो दीजिये ताकि वह अच्छी तरह से मुहरबंद हो जांय और उनमें हवा न जा सके।

(७) रखना:—बोतलों को ठंडी और खुश्क जगह में रखना चाहिये।

Digitization by American Academy of Indic Studies. AAIS(USA)

११—शरबत

शरबत बनाने के लिये ऐसे छांटे हुये फल जो अच्छी हालत में हों काम में लाये जा सकते हैं। फलों के अलावा ऐसी तरकारियां भी जिनमें माड ज्यादा हो जैसे शकरकंद वगैरह शरबत बनाने के काम में लाई जा सकती हैं। शरबत बनाने में जो तरीके इस्तेमाल किये जाते हैं उनके मुताबिक शरबतों को नीचे दी हुई तीन किस्मों में रक्खा जा सकता है :—

(क) नकली शरबतः—यह सत (Essence) वनस्पतियों के रंगों और सैक्करीन (Sachharine) को मिला कर बनाये जाते हैं।

(ख) उबाल कर बनाये हुये फलों के शरबतः—

यह फलों के रस शक्कर मिलाकर काफी तेज़ आंच में उबाल कर तैयार किये जाते हैं।

(ग) उबाले बग़ैर फलों के बनाये हुये शरबत—यह शरबत ऐसे रस में शक्कर मिलाकर तैयार किये जाते हैं जिसके कीड़े गर्मी पहुंचा कर मार डाले गये हों। इस तरह जो शरबत तैयार किया जाता है उसमें रस उबाला नहीं जाता।

जहां तक हो सके नक़ली शरबत कम मिकदार में बनाना चाहिये क्योंकि उससे बदन को ताकत नहीं पहुंचती। मगर कुछ लोग उसकी ताज़गी पैदा करने वाली ख़ासियत को बहुत ज्यादा पसंद करते हैं। फलों के असली और नकली शरबतों को तैयार करने का आम तरीका नीचे दिया जाता हैः—

शरबत बनाने का तरीक़ा—पहले बताये हुये तरीकों से किसी ऐसे बर्तन में फलों का साफ रस निकाल लीजिये जिसमें कसाव न छूटता हो। उसको तौल लीजिये और गर्म करना शुरू कर दीजिये। एक गैलन में सेर के हिसाब से आहिस्ता आहिस्ता

Digitization by American Academy of Indic Studies. AAIS(USA)

शक्कर मिलाइये। अगर फल खट्टे हों जैसे खट्टे नींबू, जमभिरी नींबू और खट्टे संतरे इत्यादि तो उनके रस में शक्कर ज्यादा मिलाइये। शरबत के पतले मुरक्कब को छान लीजिये और गाढ़ा करने के लिये उसे उबालना शुरू कर दीजिये।

शरबत को खूब गाढ़ा कर लीजिये। अगर ऊपर झाग वगैरह हो तो हटा दीजिये और तेज़ आंच पर गर्म करने के बाद उतार लीजिये। नक़ली शरबतों को उससे भी ज्यादा तेज़ आंच पर गर्म करना चाहिये मगर यह बात याद रखना चाहिये कि ऐसे फलों के रस जिनमें पेकटिन और तुरशी का अंश काफी होता है ज्यादा तेज़ आंच पर गर्म करने से जेली की शकल में बदल जाते हैं। शरबत को जल्द ही पानी में ठंडा कर लेना चाहिये ताकि उसकी खुशबू कम न होने पाये।

नोट—नक़ली शरबतों के बनाने में ऊपर बताये हुये तरीकों पर काम कीजिये लेकिन फलों के रस के बदले पानी इस्तेमाल कीजिये। अगर केवड़े या गुलाब की खुशबू पसंद हो तो ठंडा होने के बाद फ़ी गैलन सवा तोला के हिसाब से अच्छा सत मिलाइये। वनस्पतियों के रंगों को भी गरम पानी में घोल कर मिलाया जा सकता है।

१२-फलों का अर्क और कुचला (Squash)

फलों के रस के "स्क्वैश" में छाना हुआ फल का रस, किसी खास फल का गूदा और कुछ गन्ने की शक्कर मिली रहती है। इस "स्क्वेश" को या तो गरम करके कीड़ों से पाक कर लिया जाता है या कीमियायी चीजों की मदद से खराब होने से बचाया जाता है। इसको मरज़ी के मुताबिक खाली पानी या सोडावाटर में मिला कर इस्तेमाल किया जाता है।

खट्टे नींबू का "स्क्वेश" (Squash)

पहले नम्बर १, २ और ३ में बताये हुये तरीकों से छाना

Digitization by American Academy of Indic Studies. AAIS(USA)

हुआ रस तैयार कर लीजिये। फिर नीचे दिये हुये दो किस्म के स्क्वेशों में से जो बनाना हो उसे नीचे दी हुई मिकदार में रस, शक्कर और पानी मिला कर तैयार कर लीजिये :—

"स्क्वेश" जिसमें शक्कर की मिकदार बहुत ज्यादा न हो—रस ½ सेर, शक्कर ३½ पाव और पानी ३ पाव

"स्क्वेश" जिसमें शक्कर बहुत ज्यादा हो—रस ½ सेर, शक्कर १ सेर ६ छटाक, और पानी ३ छटांक।

ऊपर बताई हुई मिक़दार में रस, शक्कर और पानी को मिला कर अच्छी तरह चला लीजिये। ऐसे "स्क्वेश" की सूरत में जिसमें शक्कर की मिक़दार बहुत ज्यादा हो उसे अच्छी तरह गर्म कीजिये ताकि शक्कर घुल जाय। उसके बाद खूब अच्छी साफ की हुई बोतलों में उंडेल दीजिये और उनको इस तरह से बंद कीजिये कि हवा न जा सके। इसके बाद उन्हें किसी ठंडी और खुश्क जगह में रखना चाहिये। इस मुरक्कब में खुशबू के लिये फलों के अच्छी तरह पीसे और छाने हुये छिलके भी मिला दीजिये।

संतरे का 'स्क्वेश'

यह भी खट्टे नींबू के 'स्क्वेश' ही की तरह तैयार किया जाता है। फ़र्क़ सिर्फ़ इतना है कि खट्टे नींबू की जगह संतरे काम में लाये जाते हैं और नुस्खों में नीचे दी हुई तबदीलियां हो जाती हैं यानी उसमें पानी की जगह खट्टा रस मिलाया जाता है ताकि खटास का हिस्सा ठीक हो जाय।

"स्क्वेश" जिसमें शक्कर की मिकदार बहुत ज्यादा न हो :—रस ५ सेर, शक्कर ३½ सेर और खटास १½ छटांक।

"स्क्वेश" जिसमें शक्कर की मिकदार बहुत ज्यादा हो :—रस ५ सेर, शक्कर ७½ सेर खटास ३½ छटांक।

Digitization by American Academy of Indic Studies. AAIS(USA)

जैसा कि खट्टे फलों के 'स्क्वेश' बनाने के तरीके से ज़ाहिर है खट्टे फलों के "स्क्वेश" ताजे रस और शक्कर के शरबत को मुनासिब मिकदार में मिलाकर तैयार किया जाता है। इस सिलसिले में जांच करने से पता चला है कि रस और गर्म शरबत को मिला कर जो चीज़ तैयार होती है उसकी खुशबू और मज़ा बहुत खराब हो जाता है। लेकिन अगर शरबत और रस ठंडा ही मिलाया जाता है तो एक ऐसी चीज तैयार होती है जिसमें फलों की ताजा खुशबू मौजूद रहती है। इसके अलावा यह भी मालूम किया गया है कि खट्टे फलों के उन 'स्क्वेशों' में जिनमें शक्कर की मिकदार बहुत ज्यादा होती है खुशबू और ताज़गी पाई जाती है और जिस "स्क्वेश" के कीड़े गर्मी पहुंचा कर मार डाले जाते हैं उसको अगर गर्मी के मौसम में खोल दिया जाय तो वह भी तीन या चार दिन में खराब हो जाता है। लेकिन कीमियायी चीजों से महफूज रक्खे हुये स्क्वेशों में खराब होने के चिन्ह नजर नहीं आते चाहे उसे दो महीने से ज्यादा अर्से तक उसी हालत में रहने दिया जाय।

PSUP 621 Genl. 1946 B. B. P. Bs.

Digitization by American Academy of Indic Studies. AAIS(USA)

Digitization by American Academy of Indic Studies. AAIS(USA)

उपयोगी पुस्तकमाला

इस माला की पुस्तकाओं की सूची

१—संयुक्त प्रान्त की बेकार जमीनें

२—हमारे प्रान्त की फ़स्लें

३—तरकारियां

४—हमारी ख़ूराक

५—मवेशियों की बीमारियां

६—मुर्गियां और मुर्गियों के शत्रु

७—मुर्गियों की ख़ूराक

८—अंडों से बच्चे निकालना

९—घरेलू धंधे

१०—मुरब्बा, शरबत, चटनी और अचार

११—हिन्दुस्तानी रंग

१२—घर का रंगरेज

१३—बच्चों की देखभाल

भार्गव भूषण प्रेस, बनारस। १०,०००